

Rundbrief Nr. 29

Liebe Freundinnen und Freunde,
vor ziemlich genau drei Jahren kam der [erste Rundbrief](#) unter dem Titel "Westerwald im Wandel" heraus. Seither hat unser Rundbrief Hunderte von Terminen, Berichten und Links zu Infos im Internet transportiert und sich auch selbst dabei gewandelt. Er lebt von Beiträgen aus den unterschiedlichen Aktivitätsbereichen der Initiative - vielen Dank für all die, die uns über die Zeit erreicht haben, diesmal insbesondere an Simone, Lilo, Hans und Uwe! Wir freuen uns auch für die nächsten Rundbriefe auf Eure Terminankündigungen, Vorschläge und Anfragen. Und denkt bitte bei all Euren Aktivitäten immer wieder daran, die Erfolge und das Gelingen (manchmal auch Scheitern...) eurer Projekte zu feiern, einfach miteinander zu sein und gegenseitiger Wertschätzung einen Raum zu geben!

In diesem Rundbrief (*Mausklick auf die unterstrichenen Stellen bringt zu weiterer Information zum jeweiligen Thema*):

Aus der Initiative

[Bio Gemüse Abo](#)

[Stand beim Backesdörferfest](#)

[1. Kartoffelbrief: Was wächst bei uns eigentlich gut?](#)

[Hochbeet-Bau und Heukartoffeln](#)

[Saatgut-Tausch-Box](#)

[Energetix' 3. Energiespartipp: Brennerdüse](#)

Termine

[Energiewende: Filmabend 22.11., Demo 30.11.](#)

[Foodsharing-Treffen 6.-8.12. in Köln](#)

[Degrowth-Konferenz 2.-6.9.2014 in Leipzig](#)

[Regelmäßige Treffen](#)

[Energie-AK 29.11. Willmenrod](#)

[Trommelgruppe 29.11. Willmenrod](#)

[Gartengruppe 30.11. Willmenrod](#)

[Solidarische Landwirtschaft 1.12. Faulbach](#)

[Herz, Seele, Gesundheit 5.12. Willmenrod](#)

Außerdem gelesen und gesehen

[Energiewende im Kontext der Katastrophe](#)

[Hormone in Kosmetika](#)

[Umweltbewusst ohne vergiftete Kindheit](#)

[Nachhaltig Surfen in NRW](#)

[Das tägliche Gift](#)

[Biodiesel als CO₂-Schleuder](#)

[Ist weniger wirklich mehr?](#)

[Und zum Schluss ein Gedanke](#)

...

Aus der Initiative

Gemüse aus der Region - die nächsten Schritte zur Solidarischen Landwirtschaft

Aus dem Protokoll des Treffens der Gruppe Solidarische Landwirtschaft (SoLaWi) am letzten Donnerstag in Faulbach: Die Lieferung von Gemüse soll am 1. Mai 2014 beginnen. Dazu schließt jede(r) Teilnehmer(in) bis 31.12.2013 einen Vertrag mit dem Biobauern, Lennart Kaminske, ab - Regina und Thomas übernehmen die Verteilung der Verträge an die Interessenten. Die Zahlung der Beiträge erfolgt per Dauerauftrag vierteljährlich, halbjährlich oder jährlich. Ein Anteil entspricht etwa dem halben Gemüsebedarf einer Person.



Die Anlieferung des Gemüses geschieht (voraussichtlich Donnerstag abends) an Depots für 10-15 Teilnehmer - die Abläufe dort organisieren die Teilnehmer untereinander. Dazu sollte ein kühler, frostfreier Raum mit einem Tisch, einer Waage und Platz für Mitteilungen zur Verfügung stehen, zu dem Lennart für die Lieferung auch abends Zugang hat.

Aus Kostengründen kann vorerst außer dem Depot in Oberweyer selbst nur ein Depot in Westerbürg und ggf. eines in Rennerod vom Bauern beliefert werden, alle anderen Depots organisieren die Abholung von dort selbst bzw. tragen gemeinschaftlich die Kosten der Belieferung. Bisher liegen Absichtserklärungen für weitere Depots in Höhn, Stockum-Püschén, Oberrod und Greifenstein vor.

Um mitzumachen, kann man die [Absichtserklärung auf unserer Website](#) ausfüllen, dort gibt es auch weitere Info. Das [nächste Treffen](#) findet am 1.12. um 16:00 Uhr wieder in Faulbach statt. Kontakt ansonsten über Regina und Thomas, Tel. 02663-9146527, info@westerwaldimwandel.de.

Stand beim Backesdörferfest



Am 29. September beteiligten sich viele Dörfer rund um Westerbürg am sogenannten Backesdörferfest. Zum ersten Mal war auch Willmenrod mit Ständen auf dem Vorplatz der Kirche von Willmenrod dabei - inklusive unserer Initiative mit ihren aktuellen Projekten.

Da die Kirchengemeinde an jenem Sonntag auch ihr Erntedankfest feierte, bot es sich an, den Schwerpunkt auf unsere gärtnerischen Themen zu legen. So steuerten die Gartengruppe und andere Gärtner der Initiative eine bunte Palette an Kartoffeln, Bohnen, Gemüse und Obst bei, die zeigten, was man so alles für die Selbstversorgung im Westerwald anbauen kann. Zudem konnten wir

unser neues Bio-Gemüse-Abo, das die Arbeitsgruppe "Solidarische Landwirtschaft" gerade mit dem Bioland-Gärtnerbetrieb von Lennart Kaminske aus Oberweyer bei Hadamar aufbaut, erstmals öffentlich präsentieren.

Zusätzlich zeigen wir im Gemeindehaus den Film [Die Strategie der krummen Gurken](#), der ein solidarisches Landwirtschaftsprojekt in Freiburg vorstellt. Die Besucher unseres Standes waren sehr interessiert und wir konnten viele anregende Gespräche führen; die ersten Interessenten trugen sich schon für das Gemüse-Abo ein.

Was wächst denn hier bei uns eigentlich gut? Von der Idee gemeinsam Kartoffeln anzubauen

Dem ersten Treffen der Kartoffelgruppe waren schon einigen Telefonate, Vorgesprächen und eine Ackerbesichtigung vorangegangen. Jetzt kamen die 16 Leute, die beschlossen hatten gemeinsam Kartoffeln anzubauen, das erstmal alle zusammen. Entstanden war die Idee bei den ersten Initiativgruppentreffen in der Region Altenkirchen. Am Anfang stand die Überlegung, gemeinsam Gemüse anzubauen. Die Frage: „Was wächst denn hier bei uns eigentlich gut?“ und der Wunsch nach einem großflächigen Projekt, führten zu der Idee eines gemeinsamen Kartoffelackers.

Bei dem Treffen Ende Oktober wurden die anstehenden Entscheidungen besprochen und abgestimmt. Danach gab es ein gemütliches Beisammensein mit Lagerfeuer, Kürbissuppe und anderen Leckereien. Die gute Stimmung lässt uns alle auf eine gute Zusammenarbeit hoffen.



So sieht die Planung aus:

Im **Dezember** werden wir 100 kg mittelspäte Saatkartoffel bei einem Biobauer bestellen. Ein Landwirt wird uns 600qm Land zu Verfügung stellen, davon sind 100 qm für Möhren und Zwiebeln vorgesehen (damit wir auch etwas zu ernten haben, wenn es ein schlechtes Jahr für die Kartoffeln werden sollte). Er bereitet für uns auch den Boden vor. Ein Rotkleefeld wird als Puffer zum nächsten Getreidefeld angelegt werden, das leider einmal mit einem Unkrautvernichtungsmittel behandelt wird. Wir haben uns für diesen Kompromiss entschieden, zumal der Landwirt sorgfältig mit dem Boden umgeht, als Dünger nur Mist verwendet und auch sonst keine Chemie einsetzt.

Im **März** werden die Kartoffeln geliefert. Damit sie schneller reifen, lassen wir sie vorkieimen. Ab **Ende April** werden sie mit der Maschine gelegt. Wir haben uns dafür entschieden, uns die schwere Feldarbeit von den Maschinen, die der Landwirt sowieso einsetzt, abnehmen zu lassen. Da die meisten aus der Gruppe vollberufstätig sind und Familie und andere zusätzliche Verpflichtungen haben, wollten wir die Arbeitbelastung niedrig halten. Deshalb haben wir auch nur 600 qm Land gewählt. Ab **Juni**, wenn das Kraut wächst, teilen wir uns in 3 Arbeitsgruppen auf, die jeweils wochenweise zuständig sind um Unkraut und Käfer zu entfernen. Dadurch ist für jeden der Arbeitseinsatz besser planbar. Im **Oktober** helfen dann alle zusammen bei der Ernte.

Als Gegenleistung für den Mist, den Maschineneinsatz und ähnliches werden wir dem Landwirt beim Setzen und Ernten von seinen Kartoffeln helfen, da er dabei Hilfe gut gebrauchen kann.

Das Projekt soll ein Experiment sein

Wir wollen Erfahrungen sammeln und uns Wissen und Fertigkeiten wieder aneignen, die unsere Eltern und Großeltern noch ganz selbstverständlich hatten. Einige aus der Gruppe können sich noch gut erinnern, wie sie als Kind auf dem Kartoffelfeld geholfen haben und wie schön das Erlebnis des gemeinsamen Erntens war. Wir spannen mit diesem Projekt einen Bogen zu den Traditionen, die das Leben hier in der Region früher geprägt haben, aber das wurde uns erst im Laufe der Planung richtig klar. Wir sind alle sehr gespannt, was im nächsten Jahr so alles auf uns zukommen wird.

Kontakt: Lilo Tel. 02688-8281 <ak@westerwaldimwandel.de>



Hochbeet-Bau und Heukartoffeln

Im letzten Jahr hatten in der Untermühle die Wühlmäuse Kartoffeln, Lauch, Kohlrabi und alles Mögliche massakriert, deshalb mussten geschützte Hochbeete her. Die Konstruktion aus Lärchenbrettern und Winkeleisen schien zunächst eher kompliziert, aber dann fand sich eine einfache Lösung - ausführlich dokumentiert mit Maßen, Kosten, Literatur und Bildern.

Nachdem die Beete konstruiert und mit Lehmerde gefüllt waren, eine Schicht Kompost darauf, wurden die Kartoffeln in Reihe aufgelegt und mit Heu gedeckt. Auch dies, wie die spannende Phase der Pflege im Sommer und das überwältigende Ergebnis im Oktober könnt ihr ausführlich bebildert nachlesen. Beide Dokumentationen auf unserer Website unter [Downloads](#).

Saatgut-Tausch-Box

Vor ein paar Tagen kam ein Hinweis auf die Seite www.freissaatgut.de über unseren Verteiler - eine Initiative, die sich als Gegenpol zu Monsanto & Co versteht: "Freier Zugang zu reinem Saatgut ist ein Menschenrecht!" Möglichst aus Recycling-Material sollen Kisten gebaut und öffentlich aufgestellt werden, in denen eigenes, biologisches Saatgut weitergegeben werden kann. "Nimm, gib, wie es gerade passt" steht über den Kisten. Die Idee fanden wir so gut, dass spontan auch eine solche kleine Kiste entstanden ist. Sie kann zu unseren Treffen mitgenommen werden, damit Saatgut, das wir übrig haben, einfach einen neuen Garten findet.



Energetix' 3. Energiespartipp: Brennerdüse

Wenn das nächste Mal ihr Heizungsmensch zugegen ist, bitten Sie ihn doch mal, einen Blick auf ihren Ölbrenner zu werfen. Hier im Besonderen auf die Düse.

In vielen Fällen ist die sicher sehr reichlich dimensioniert und /oder steinalt.

Wenn also sowieso ein Austausch ansteht, nehmen sie ruhig eine oder gar zwei Nummern kleiner (Fragen Sie ihren Heizungsfachmann). Bei einem Düsenaustausch-„Downgrade“ :-)) wird meistens der Brenner sowieso neu eingestellt, ist somit also kein zusätzlicher Aufwand. Die Folge ist, dass der Brenner etwas weniger Wärmeenergie produziert, aber spürbar weniger Heizöl verbrennt. Die Abgasverluste und das CO₂ werden folglich auch reduziert. Mit der geringeren Wärmeabgabe kann man ohne Selbstkasteiung leben. Die Dusche tut es auch mit 45 Grad anstatt 60 und für die Heizung reicht es auch in eisigen Winternächten.

Natürlich kann die Heizung noch die Temperaturen bringen, wie gewohnt, braucht dafür aber etwas länger wodurch sich die Einsparung reduziert.

Und die Legionellen? Da das Wasser ja ständig ausgetauscht wird, haben die keine Chance sich zu vermehren. Nur nach einem Urlaub sollte man denen mal mit über 60 Grad einheizen. So eine Brennerdüse kostet nur wenige Euronen und erspart ihren Preis von alleine.

Termine

Deutschlands Filmabend für die Energiewende 22.-24.11.2013, Energie-Wende Demo 30.11.2013

Bei den Koalitionsverhandlungen zwischen Union und SPD zeichnet sich ab: Schwarz-Rot will alte Kohlekraftwerke am Netz halten, ein Klimaschutzgesetz ist hoch umstritten, zahlreiche Konzerne sollen sich weiter um ihren Beitrag zu den Erneuerbaren Energien drücken dürfen – auf Kosten von uns Stromkunden. Noch ist nichts endgültig entschieden, der öffentliche Druck entfaltet sich.

Am vorletzten Novemberwochenende finden deutschlandweit **Filmabende** statt, um sich für eine Zukunft ohne Kohle- und Atomkraft einzusetzen. Die Aktionspakete, die [Campact](#) dazu versandt hat, sind bereits vergriffen - es geht aber auch ohne: Wir haben selbst einige Filme auf DVD oder Stick zum Thema Energiewende, Peak Oil, Wende in der Landwirtschaft, Transition, ..., die wir verleihen können (einfach Anfrage an info@westerwaldimwandel.de), manche Filme sind auch im Internet verfügbar: [Die 4. Revolution](#), [In Transition 1.0](#), [Die Strategie der krummen Gurken](#), ... Wenn ihr so einen Filmabend mit euren Freunden oder Nachbarn organisieren wollt: schaut auf die [Tipps dazu auf der Campact-Seite](#), tragt euch auf der [Online-Karte](#) ein, [sagt uns Bescheid](#) und bastelt am besten einen Drachen für den 30.11.! Und wer mobil ist, fährt vielleicht [am 30.11. zur Demo nach Berlin](#) ...

1. Internationales Foodsharing-Treffen 6.-8.12.2013 in Köln

Global werden rund 1,3 - 2 Milliarden Tonnen Lebensmittel pro Jahr weggeworfen; mit [Foodsharing.de](#) hat sich im letzten Jahr eine Plattform gegründet, auf der Privatpersonen, Händler, Vereine und Produzenten überschüssige Lebensmittel kostenlos anbieten und abholen können - und längst ist daraus eine Bewegung mit Aktiven in vielen Orten geworden. Bei dem Treffen in Köln am 2.

Adventswochenende können Interessierte sich austauschen, vernetzen, kennenlernen und gemeinsam den Strategieplan für das nächste Jahr entwerfen. Auch diejenigen Foodsharing-Passionierten, die bis dato noch nicht aktiv geworden sind, aber Lust auf mehr haben, sind herzlich willkommen. Weitere Info unter www.lebensmittelretten.de.

4. Internationale Degrowth-Konferenz 2. bis 6. September 2014 in Leipzig

Im Deutschen gibt es für “Degrowth” unterschiedliche Übersetzungen mit verschiedenen Bedeutungen: beispielsweise “Postwachstum”, “Schrumpfung”, “Wachstumswende” oder “Entwachstum”. Gemeinsam ist die Einsicht, dass ein auf Wachstum basierendes Wirtschafts- und

Gesellschaftssystem keine Zukunft hat: Trotz technologischer Lösungen für ein „Grünes Wachstum“ steigen Ressourcenverbrauch und der CO₂-Ausstoß auch in der Gegenwart weiter an. Die ursprünglich aus Frankreich stammende Décroissance-Bewegung schlägt als Alternative eine Abkehr von der Wachstumsgesellschaft vor. Unter dem Motto „Weniger haben, um besser zu leben“ plädieren die Verfechter/innen der [Décroissance](#) für eine Wachstumsrücknahme. Diese bedeutet aber nicht nur eine Reduzierung des Konsums, der Produktion und des Ressourcenverbrauchs, sie setzt ein grundlegendes Umdenken und eine Umstrukturierung des gesellschaftlichen Zusammenlebens voraus, hin zum Aufbau von autonomen, sparsamen und solidarischen Gesellschaften. In den von der Krise erschütterten Ländern Südeuropas gewinnt die Décroissance-Bewegung zunehmend Anhänger/innen. Nach Konferenzen in Paris, Barcelona und Venedig findet nächstes Jahr die [4. Internationale Degrowth-Konferenz für ökologische Nachhaltigkeit und soziale Gerechtigkeit](#) in Leipzig statt. Weitere Informationen über Inhalte, zur Anmeldung etc. sind unter <http://leipzig.degrowth.org/de/call-for-participation/> zu finden.

Regelmäßige Treffen

- **Energie-Arbeitskreis am Fr 29.11.2013, 19:30 im Gemeindehaus in Willmenrod, Brückenstr. 20**
Die reichhaltigen Informationen der letzten Treffen sollen in einer Veranstaltung der Öffentlichkeit zugänglich gemacht werden - die Planung dafür soll diesmal konkreter werden. Außerdem werden wie immer Anregungen zum sparsamen und effizienten Umgang mit Energie ausgetauscht, ebenso Informationen über Kleinwindanlagen, Solar-Balkonkraftwerke, Speichertechnologie, Haustechnik usw. , möglicherweise auch Neues zum Thema Direktverbrauch und Direktvermarktung von selbst gewonnener Energie.
Kontakt: Armin Brietzke [<energie@westerwaldimwandel.de>](mailto:energie@westerwaldimwandel.de)
- **Trommelgruppe am Fr 29.11., 19:00 - 21:00 Uhr im Gemeindehaus in Willmenrod, Brückenstr. 20.**
Jeder ist herzlich eingeladen, egal ob Anfänger(in) oder Fortgeschrittene(r). Beim gemeinsamen Spielen wird jeder nach seinen jeweiligen Fähigkeiten eingesetzt. Info und Anmeldung bei Manfred [<trommeln@westerwaldimwandel.de>](mailto:trommeln@westerwaldimwandel.de) Tel. 02661-949054. Es wird ein kleiner Kostenbeitrag für Energie- und Raumkosten erhoben.
- **Gartengruppe am Sa 30.11. ab 14:00 Uhr Gartengrundstück in Willmenrod.**
Kontakt: Edeltraud [<garten@westerwaldimwandel.de>](mailto:garten@westerwaldimwandel.de) Tel. 02661-2610
- **Solidarische Landwirtschaft am So 1.12.2013, 16:00 Uhr im Scheunencafé, Feldstr.1 in Hadamar-Faulbach.** Die letzten Details werden geklärt, damit bis Ende Dezember alle Verträge zum Bezug von Gemüse ab Mai 2014 unterzeichnet werden können - weitere Info [siehe oben](#).
Kontakt Regina und Thomas [<info@westerwaldimwandel.de>](mailto:info@westerwaldimwandel.de), 02663-9146527.
- **Herz, Seele, Gesundheit: "Singen lässt der Seele Flügel wachsen!" Do 5.12. 2013, 19:00 - 21:00 Uhr in Willmenrod, Brückenstr. 19**
Durch Singen von Herzensliedern und Friedenstänzen werden Körper, Geist und Seele verbunden und entspannt. Schöne Melodien, heilsame Worte (Mantren) in verschiedenen Sprachen und einfache Schritte harmonisieren und weisen einen Weg zu uns selbst und zu einem lebendigen Miteinander. Agnes Ewerling leitet jeden Tanz an und begleitet den gemeinsamen Gesang mit der Gitarre. Bitte bei der unten angegebenen Adresse vorher anmelden! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Kontakt: Christel Siegers, Tel. 02663/2958188, 0177-3444644 oder [<herz-seele-gesundheit@westerwaldimwandel.de>](mailto:herz-seele-gesundheit@westerwaldimwandel.de)

Außerdem gelesen und gesehen ...

- **Energiewende im Kontext der Katastrophe:** Für uns in Deutschland ist Energie/ Licht schon ein wichtiges Thema - für Menschen in unterentwickelten Ländern in der Nähe des Äquators, wo mangels Dämmerung fast 12 Std absolute Dunkelheit herrscht, ist bereits eine kleine Solarlampe ein unschätzbar wertvolles Gut - im Lichtschein ist es erst möglich Handarbeiten anzufertigen, zu lesen, zu zeichnen, zu schreiben und so die verbleibende Zeit nach dem Broterwerb sinnvoll für die Weiterentwicklung zu nutzenoder Kranke zu versorgen. Noch weit wichtiger ist solar-erzeugtes Licht in Katastrophengebieten!
Die [Stiftung Solarenergie](#) Deutschland koordiniert derzeit gemeinsam mit der Stiftung Solarenergie auf den Philippinen eine Hilfsaktion für die vom Taifun betroffenen Gebiete auf den Philippinen. Das lokale Team der Stiftung berichtet von einem großen Bedarf an Solar-Licht-Produkten, die die Auswirkungen der zusammengebrochenen Energieversorgung lindert - für Such- und Rettungsdienste, Hilfs-Centers, Krankenhäuser und Kommunikation. In der Nacht, ohne Licht, wird eine bereits schlechte Situation noch schlimmer.
Hilfskonto für Spenden: Commerzbank Freiburg, Konto 04 261 471 00, BLZ 680 800 30, SWIFT: DRESDEFF680, IBAN: DE 68 6808 0030 0426 1471 00, Stichwort: Philippinen.
- **Hormone in Kosmetika:** Fast ein Drittel aller Kosmetik- und Körperpflegeprodukte enthält hormonell wirksame Chemikalien, die in Verbindung mit Brustkrebs, verminderter Spermienqualität und verfrühter Pubertät stehen. Der BUND bietet mit der [App ToxFox](#) einen Kosmetik-Check an, um sich selbst und die Familie zu schützen. Der Check ist kostenlos, es wird aber dringend um Spenden gebeten, um das Angebot langfristig zu erhalten und auszubauen.
- **Umweltbewusst ohne vergiftete Kindheit.** Wir wissen um die Bedrohungen durch Umweltzerstörung, Naturkatastrophen, Verknappung der Rohstoffe, Wirtschaftskrise etc. - gleichzeitig wirkt offenbar umfassend das starke Bedürfnis, sich lieber nicht zu sehr mit diesem Wissen zu beschäftigen. Allzu drastische Bedrohungsszenarien erhöhen eher die Hilf- und Tatenlosigkeit. Mit der Frage, wie ein ökologisches Bewusstsein erreicht werden kann und welche Erfahrungen insbesondere für Kinder hilfreich sind, beschäftigt sich ein [Artikel in der taz vom 25.10.](#) Insbesondere wird darin Bezug genommen auf die Transition-Bewegung, die sich mit konkretem Tun und positiven Visionen auf den inneren wie den äußeren Wandel einlässt.
- **Nachhaltig Surfen in NRW.** Ein weiterer Artikel in der [taz vom 5.10.](#) beschreibt eine Info-Plattform, die Hunderte Initiativen und Unternehmen für einen grünen Lebensstil vernetzt: "Nachhaltigkeit soll Spaß machen", findet Rosa Groezinger. Sie betreut die Internetseite [ichbins-nrw.de](#), die Menschen mit Interesse an Ressourcenschonung das Leben leichter machen will. Nur schade, dass die bisher auf der anderen Seite der Landesgrenze Halt macht - ob sich so etwas auch für uns Rheinland-Pfälzer schaffen lässt...?
- **Das tägliche Gift.** Ihr erinnert euch an unsere gelegentlichen Hinweise auf die Allgegenwart des Pflanzengiftes Glyphosat und die Gesundheitsgefährdung dadurch? Die Sendung des ZDF vom 13.11. dazu dürfte noch kurze Zeit auf der [ZDF Mediathek](#) zu sehen sein.
- **Biodiesel als CO₂-Schleuder.** Auch in [Bild der Wissenschaft](#) nachzulesen: Biodiesel wird als umwelt- und klimafreundliche Alternative zu fossilen Treibstoffen dargestellt. Doch die Sache hat einen Haken, wie US-Forscher am Beispiel Brasiliens belegen: Werden Ölpalmen für die Biosprit-Produktion auf eigens dafür gerodeten Flächen angebaut, fällt die Klimabilanz für den resultierenden Biodiesel sogar schlechter aus als für Diesel aus Erdöl.
- **Ist weniger wirklich mehr?** Eine Diskussion zu den Grenzen des Wachstums bietet [Arte Future](#) mit Video-Beiträgen exponierter Wissenschaftler und mit Filmen zum Thema, unter anderem

auch [Weniger ist mehr - Die Grenzen des Wachstums und das bessere Leben](#), das vor einiger Zeit im Fernsehen lief. Zu diesem Thema siehe auch die [Degrowth-Konferenz in Leipzig](#).

... und zum Schluss ein Gedanke, den Marianne und Manfred aufgehoben haben



***Was ohne
Ruhepausen geschieht,
ist nicht von Dauer.***

(Ovid)

Mit herzlichen Grüßen
Regina und Thomas

Wer diesen Rundbrief nicht mehr bekommen möchte, teile uns dies bitte kurz mit.

Informationen und Aktuelles auch unter <http://www.westerwaldimwandel.de/>
Internetportale der Transition-Bewegung: Weltweit (*englisch*): <http://www.transitionnetwork.org/>;
in Deutschland: <http://www.transition-initiativen.de/>. Hier kann man sich registrieren und sich dann auch online der Gruppe
[Westerwald im Wandel](#) anschließen.